

# Genuss- Orte

---

## Knusper, knusper: Zimt- Milchreisplätzchen mit Vanille- Rhabarberragout

Milchreis ist ja so ein Wohlfühlessen, das sicher die meisten mit Kindheit, Heimat und Familie verbinden. Mit gaaanz viel Zimt, mit Kirschen, mit Schoki, Milchreis ist immer lecker und macht glücklich.



Aber wieso immer nur Milchreis zum Löffeln, das ist doch irgendwie auch langweilig, dachte ich mir, als ein beachtlicher Rest Reis übrig blieb, den ich zur Hälfte in Kokosmilch und in Wasser gekocht hatte, weil es ihn als Beilage zu einem



## Die

gegart

2 EL Zucker

2 gehäufte TL Zimt

1 Ei

etwas Butterschmalz

4 mittlere Stangen Rhabarber

## 1 Vanilleschote

## 2-3 EL Agavendicksaft

Den gekochten Reis mit Zimt und Zucker mischen, bis es dem Geschmack entspricht. Das Ei unterrühren.

Ein wenig Butterschmalz in einer beschichteten Pfanne erhitzen und mit zwei Löffeln kleine Plätzchen hinein geben oder den Reis in der Pfanne in eine Plätzchenform drücken und diese vorsichtig abheben. (Man braucht dabei aber Küchenhände, der Ausstecher kann etwas heiß werden; mehrere können da abhelfen ;) ).

Die Plätzchen bei mittlerer Hitze langsam goldbraun backen, dann wenden und ebenfalls Farbe nehmen lassen.

Auf einem Gitter mit Küchenpapier kurz etwas entfetten lassen.

Für das Ragout den Rhabarber schälen. Die Stangen längs halbieren und dann in kleine Stückchen schneiden.

In einem Topf mit dem Agavendicksaft und der ausgekratzten Vanilleschote samt ihrem Inhalt bei mittlerer Hitze garen.[nurkochen]



Ich denke, man kann das Rezept auch mit „echtem“ Milchreis- Rest machen. Ich hatte eben nur gerade Jasminreis da. Vielleicht wird es mit Jasmin etwas knuspriger, aber das muss man ausprobieren. Ich freue mich über Rückmeldungen, wenn es jemand nachgekocht hat! =)

So, ich nasche jetzt noch ein paar Reisherzchen und wünsche

euch eine genussvolle Zeit!  
Eure Judith



---

## Da fehlt kein Fleisch: Vegetarische Lasagne mit Belugalinsen, Zucchini und Ricotta

Habt ihr auch so gerne Gäste bei euch? Ich liebe es ja, die Wohnung schön zu machen, etwas Leckeres und Besonderes vorzubereiten, hübsch den Tisch zu decken und mit lieben Menschen zusammen zu genießen. Bei uns werden danach meistens noch Spiele ausgepackt und während man den restlichen Wein vom Essen vernichtet (oder auch noch eine neue Flasche aufmacht), wird gewürfelt, gebaut oder gerätselt.

Neulich haben wir so im kleinen Rahmen unsere neue Wohnung

eingeweicht und ein paar Freunde zum Abendessen eingeladen. Da wir noch viele Lasagneplatten hatten, wollten wir also endlich mal wieder geschichtete Pasta machen.



Da wir ja eher vegetarisch leben und auch gerade sehr verliebt in ein Linsenragout aus dem Kochbuch *Vegetarian basics* von GU sind, ersetzte es uns kurzerhand die Bolognesesauce.

Dazu kamen Zucchini und eine Mixtur aus Ricotta und körnigem Frischkäse statt Béchamel, wovon ich eh nicht der allergrößte Fan bin, vom Mehraufwand ganz zu schweigen.

Während nebenbei das Ragout köchelt, ist dieser Ersatz schnell zusammen gerührt, das Gemüse geschnitten, der Käse gerieben und in etwa 1 Stunde Arbeitszeit ist das Festmahl vorbereitet und steht im Ofen parat, den man einschalten kann, wann immer man möchte.

Entstanden ist so eine wunderbare Lasagne, die ganz fix gemacht ist und so lecker schmeckte, dass selbst Fleischesser an diesem Abend kein Fleisch zu vermissen schienen. Zumindest blieben unerwartet wenige Reste übrig. =)

Die Gäste brachten uns den ersten Blumenstrauß fürs neue Heim und den Tischwein mit, einen spätgelesenen Weißen aus meiner pfälzer Heimat, der noch besser zum Dessert passte, aber auch zur Pasta sehr süffig war. Leider beflügelte er jedoch nicht

unseren Geist und so sahen wir uns beim Boggle machtlos der jahrelangen Erfahrung meines Naschkaters gegenüber, der die Wörter in rauen Mengen fand, während wir ratlos auf die Holzwürfel und Buchstaben starrten. Am Ende tröstete er uns damit, dass er eben seit seiner Kindheit Übung habe und wir trösteten uns mit weiteren Brownies.



Aber

hier erstmal das Lasagne- Rezept:

Für 1 Form Lasagne:

100 g geriebenen Käse, z.B. Gouda mittelalt

1 Mozzarella

1 Dose stückige Tomaten

1 Packung körnigen Frischkäse

1 Packung Ricotta

Pfeffer, Salz

2 Zucchini in dünnen Scheiben

etwa  $\frac{1}{2}$  Packung Lasagneplatten

1x Linsenragout

**Linsenragout** (4 Portionen):

1 Bund Frühlingszwiebeln

300 g Tomaten

1 EL Öl

200 g Belugalinsen

$\frac{1}{2}$  L Gemüsebrühe  
2 TL Harissa (scharfe rote Gewürzpaste)  
2 TL Honig/ Agavendicksaft  
Salz, Pfeffer

Die Frühlingszwiebeln waschen, welke Spitzen abschneiden und alles in feine Ringe schneiden. Die Tomaten waschen und in kleine Würfel schneiden, dabei die Stielansätze entfernen.

Öl im Topf heiß werden lassen, die Zwiebeln kurz andünsten, dann die Linsen unterrühren. Wenn sie rundherum glänzen, die Brühe angießen, die Tomaten hinzufügen und mit Harissa und Süße würzen. Den Deckel auflegen und die Linsen bei kleiner Hitze ca. 40 Minuten garen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Während das Ragout kocht, die Zucchini waschen und in dünne Scheiben schneiden. Den Ricotta mit dem Frischkäse verrühren und mit etwas Salz und viel frisch gemahlenem Pfeffer würzen. Den Hartkäse reiben, den Mozzarella in Scheiben schneiden.

Eine Auflaufform mit Butter oder Margarine fetten und dann abwechselnd die Zutaten einschichten (die Tomaten aus der Dose habe ich in den Linsenschichten verteilt).

Als letzte Schicht habe ich Zucchini ziegelförmig ausgelegt und die Lasagne dann mit Käse bestreut.

Eine dreiviertel Stunde bei 180 °C backen. Nach einer halben Stunde aber ruhig schon mal anstechen, sie kann auch früher durch sein; oder oben zu braun werden, dann mit Alufolie abdecken.[nurkochen]



Ich hoffe, diese vegetarische Variante schmeckt euch genauso gut wie uns. Wir werden Lasagne sicher noch öfter so machen!

Habt eine genussvolle Zeit und lasst es euch gut gehen!  
Eure Judith

---

**Alles grün macht der Mai:  
Frühjahrssalat aus Grünem  
Spargel mit getrockneten  
Tomaten**



Das Frühjahr ist für mich in biologischer Hinsicht wie in kulinarischer Hinsicht ein Aufblühen. Endlich gibt es wieder regionale frische Gemüse- und Obstsorten.

Wir können uns durch ganze Kisten von Erdbeeren futtern, die sonnenverwöhnt und aromatisch direkt vom deutschen Feld kommen, können Rhabarberkuchen backen und Spargelgerichte kochen, bis wir das eine Jahr bis zur nächsten Saison gut aushalten können.

Im Mai kann man diese Köstlichkeiten sogar draußen genießen. Zu jeder Tageszeit kann man endlich wieder den Balkon, die Terrasse oder den Garten nutzen.



Dort

kann man sich dann zurück lehnen, das Gesicht in die Sonne strecken und ins Grün schauen. Das Frühljahrsgrün finde ich am allerschönsten. Es ist so frisch und tief in seiner Farbe und hebt sich in Mischwäldern ab vom dunkleren Grün der Nadelbäume.

Im Garten blühen nun die Pfingstrosen neben Akelei und Lilien und dieses Farbenspektakel ist ein Grund, warum ich den Mai so liebe!



Dieser Spargelsalat ist eins meiner Lieblingsgerichte dieser Jahreszeit. Er ist unkompliziert und man kann ihn auch am nächsten oder übernächsten Tag noch essen, sofern etwas davon übrig bleibt.

Noch eine Scheibe gutes selbstgebackenes Vollkornbrot, etwas Butter und ein Gläschen Wein aus meiner Pfälzer Heimat – was braucht es mehr zum Glück? ;)

## **2 Portionen:**

1 Bund grüner Spargel

1 volle Hand getrocknete Tomaten in feinen Streifen

2 EL Olivenöl (davon 1 EL Olivenöl mit Zitronenaroma, falls vorhanden)

2-3 EL Weißweinessig

Salz, Pfeffer

(einige schwarze Oliven (am besten Kalamata))

Die Spargenden ein wenig abschneiden, dann die Stangen in gleichmäßige Stücke teilen. In einem Dämpfeinsatz garen, dabei die Tomatenstücke mitdämpfen, so werden die getrockneten Früchte wieder saftiger und geben gleichzeitig Aroma ab.

Den noch warmen Spargel mit Essig, Öl und Gewürzen anmachen und abschmecken.

Wer mag, kann noch ein paar schwarze Oliven vierteln und dazu geben, das gibt eine wunderbare Würze (ich hatte leider keine mehr da).[nurkochen]



Wie

esst ihr am liebsten Spargel? Und welche Farbe bevorzugt ihr: weiß oder grün?

Habt eine genussvolle Spargel-, Rhabarber- und Erdbeerzeit!

Eure Judith